

ŞEHİT MUTLUCAN KILIÇ SPOR LİSESİ
2023/2024 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
EYLÜL AYI YETENEK SINAVI KİTAPÇIĞI



KIRKLARELİ
2023

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
Okul Müdürünün Konuşması	3
Temel İlke Ve Kurallar.....	4
Çalışma Takvimi	5
Kayıt için gerekli belgeler	6
Sınav Değerlendirme Ölçütleri Çizelgesi	7
SINAV Aşamalarının Ayrıntılı Açıklamaları.....	8
Koordinasyon Parkuru.....	
Durarak Uzun Atlama ve Açıklaması...	9-10
.....	11
Mekik Koşusu ve Açıklaması.....	12
Ritim ve Değerlendirme	13
Ekler	14-16



Ülkemizin yetenekli gençlerini keşfetmek ve onların bu becerilerini geliştirebilmek amacıyla öğrenci alım faaliyetlerimiz her yıl haziran ayından itibaren yürütülmektedir. Bu amaçla hazırlanmış olduğumuz kılavuzda spor lisesine nasıl başvurulacağı, yetenek sınavında ne tür çalışmaların olduğu bu kılavuzumuzda belirtilmiştir.

Okulumuz birlik ve beraberliğin olduğu, arkadaşlık ilişkilerinin en üst seviyede tutulduğu bir eğitim öğretim kurumudur. Okulumuzda kız-erkek pansiyonumuz bulunmakta olup; yemekhanemiz, bütün öğrencilerimizin ve öğretmenlerimizin hizmetindedir.

Eğitim ve sporu bir arada yaptığımız okulumuzda, siz gençleri, okulumuzun başarılarına ortak olmaya davet ediyorum. Saygılarımla.

2012
Ali ÖZER
Okul Müdürü

TEMEL İLKE VE KURALLAR

ADAYLARIN DİKKATİNE

Okulumuzun yayınlamış olduğu sınav kılavuzunu dikkatle okumadan ve gerekli özeni göstermeden hareket etmeyin. Yetenek sınavı ve sınav sonrası işlemlere ilişkin kurallar bu kılavuzda yer almaktadır. Bu kılavuzu kayıt ve yerleştirme işlemleri tamamlanıncaya kadar saklamanız yararınıza olacaktır. Yetenek sınavı ile ilgili, ilke, kural ve uygulamalar hakkında sizleri daha çok bilgilendirme ve sınava daha iyi motive edebilme amacıyla hazırlanan bu kılavuzu dikkatlice okuyunuz.

Adayın ön kayıt esnasında beyan ve teslim ettiği bilgi ve belgeler ile kesin kayıt sırasında teslim ettiği belgeler arasında farklılık olması halinde aday sınavı kazanmış olsa bile adayın kazanılmış hakkı iptal edilecektir. Sınavlar aday numarasına göre yapılacaktır. Adaylar sınav giriş belgesi ile birlikte resimli özel kimlik belgelerini de yanlarında bulundurmak zorundadır. Özel kimlik belgesi (Nüfus Cüzdanı, Pasaport) olmayan ve sınav giriş belgelerini kaybeden adaylar sınava alınmaz. Her sınav öncesinde kimlik kontrolü yapılacaktır. Herhangi bir mazereti nedeniyle zamanında sınava giremeyen ve sınav sonuçlarına ilişkin itiraz yapacak adaylar başvurularını ilgili testin sınavının bitimini izleyen mesai saati içinde ve testler tamamlanmadan yapmalıdır. Sınav yürütme kurulunca itirazları geçerli sayılan ve mazeretleri uygun görülen kişilere ilgili testler tamamlanmadan önce bir hak verilecek, ancak ilgili testler tamamlandıktan sonra parkur kaldırılıp sıralamanın kesinleşmesi nedeniyle hiçbir mazeret ve itiraz kabul edilmeyecektir.

NOT: Sınavların sağlıklı bir şekilde yürütülebilmesi, adayların öğrenciliğe yakışan saygılı tutum ve davranış içerisinde olmalarıyla mümkündür. Bu nedenle sınav süresince düzeni bozacak davranışları sergileyen, sınav kurallarına uymayan ve komisyon üyeleriyle saygı sınırlarını aşan tartışmalarda bulunan adaylar Sınav Komisyonu kararıyla sınavdan ihraç edilir. Herhangi bir bölümün sınavından ihraç edilen aday diğer bölümlerin sınavlarına da giremez.

Sınav komisyonu sınavlardan önce veya sınavlar sırasında, sınavlarla ilgili her türlü değişikliği yapma ve sınav kılavuzu hazırlanırken sehven yapılmış olabilecek her türlü yanlışı düzeltme, kılavuzda belirtilmemiş veya sonradan oluşabilecek her türlü konuda karar alma ve uygulama yetkisine sahiptir.

ŞEHİT MUTLUCAN KILIÇ SPOR LİSESİ
2023-2024 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI EYLÜL AYI YETENEK SINAVI
KAYIT İŞLEMLERİ TAKVİMİ

ADAY KAYIT BAŞVURULARININ ALINMASI	11-22 EYLÜL 2023
SINAVA GİRECEK ÖĞRENCİ LİSTELERİNİN İLANI	22 EYLÜL 2023 (Okulda Ve Okulun Web Sayfasında) www.sehitmutlucankilicsporlisesi.meb.k12.tr
YETENEK SINAVLARININ YAPILMASI	25-26-27 EYLÜL 2023
ASIL VE YEDEK SIRALAMA LİSTELERİNİN İLANI	28 EYLÜL 2023 (Okulda Ve Okulun Web Sayfasında) www.sehitmutlucankilicsporlisesi.meb.k12.tr
ASIL LİSTEDEKİ ADAYLARIN NAKİL BAŞVURUSU YAPMASI	28 EYLÜL 2023
KAZANAN ADAYLARIN NAKİL BAŞVURULARININ KABUL EDİLMESİ	29 EYLÜL 2023
KONTENJAN Not: Var olan kontenjan ilgili kısma yazılmış olup okulumuza nakil olması durumunda güncellenebilecektir.	9. Sınıf: 12 10. Sınıf: 24 11. Sınıf: 40
DEĞERLENDİRME	<ul style="list-style-type: none">❖ YETENEK SINAVI PUANININ % 70' İ❖ YÜZLÜK SİSTEME DÖNÜŞTÜRÜLEN ORTAOKUL BAŞARI PUANININ % 30 ALINARAK 100 TAM PUAN ÜZERİNDEN YAPILACAKTIR.❖ YETENEK SINAVINDA 50 (ELLİ) PUAN BARAJININ ALTINDA KALAN ÖĞRENCİLER BAŞARISIZ SAYILARAK DEĞERLENDİRMEYE ALINMAYACAKTIR.

ÖN KAYIT İÇİN GEREKLİ EVRAKLAR

- 1-Adayın Fotoğraflı Nüfus Cüzdanı Fotokopisi (Önlü Arkalı)
- 2- Adayın Bir Adet Vesikalık Fotoğrafı (Son Haliyle Çekilmiş)
- 3- Ek.1 Dilekçe
- 4- Sporcu Özgeçmişi Gösterir Belge
Ek(2) (İlgili Branşın Federasyonu veya Gençlik Hizmetleri Ve Spor İl Müdürlüğü Onaylı)
- 5- Banka Dekontu (Sınav Gideri 100 TL.)

(ŞEHİT MUTLUCAN KILIÇ SPOR LİSESİ
OKUL AİLE BİRLİĞİ HESABI
T.C.ZİRAAT BANKASI KIRKLARELİ ŞB.
HESAP NO:66840894-5003

IBAN HESAP NO: TR 98 0001 0001 0466 8408 9450 03)

Başvurular öğrenci velisi tarafından okulumuza gelerek yapılacaktır.

YETENEK SINAVININ BELİRLEYİCİLERİ			YETENEK SINAV PUANI	YERLEŞTİRME PUANININ BELİRLEYİCİLERİ	YERLEŞTİRME PUANI
1-Fiziksel uygunluk	Yapılacak olan testler	70 Puan	Yetenek sınavı puanının % 70'i	OBP'nin % 30'u	
a- Dayanıklılık	20 m. mekik testi	15			
b- Koordinasyon	Farklı motor özelliklerini test eden İstasyonlardan oluşur	45			
c-Kuvvet	Durarak uzun atlama testi	10			
2-Ritim		15 Puan			
3-Sporcu Geçmişi		15 Puan			
a-Takım Sporları	Millî sporcu Türkiye şampiyonası 1-4.	15 Puan			
	Türkiye şampiyonası1. Türkiye şampiyonası2. Türkiye şampiyonası3. Türkiye şampiyonası4.	13 Puan 12 Puan 11 Puan 10 Puan			
	Türkiye şampiyonası 5-8.	9 Puan			
	*Grup 1.	7 Puan			
	İl1. İl2. İl3. İl4.	5Puan 4Puan 3Puan 2Puan			
	b- Bireysel Sporlar	Millî sporcu Türkiye şampiyonası 1-4.	15 Puan		
Türkiye şampiyonası1. Türkiye şampiyonası2. Türkiye şampiyonası 3. Türkiye şampiyonası4.		13 Puan 12 Puan 11 Puan 10 Puan			
Türkiye şampiyonası 5-10.		9 Puan			
*Grup 1.		7 Puan			
İl1. İl2. İl3. İl4.		5Puan 4Puan 3Puan 2Puan			

ACIKLAMALAR:

- 1- Fiziksel uygunluk testlerinden koordinasyon testi bütün sınavlarda uygulanmak zorundadır. Bu testle birlikte toplam üç testin uygulanması gerekmektedir. Komisyon bu testlerden hem dayanıklılık-çabuklukvehıztestlerindenbirisinihemdeesneklikvekuvvvet testlerinden birisini seçmek zorundadır.
 - 2- Sporcu özgeçmişi değerlendirilirken birden fazla kategoride derecesi bulunan adayların en yüksek puanı aldığı kategori değerlendirilecektir.
 - 3- Sporcu özgeçmişinde adayların durumunu belgelendirmesi gerekmektedir.
 - 4- Ritim değerlendirmesi spor alanına yönelik yapılacaktır.
- * Grup maçlarında, grup birincisi olanlara veya bir üst tura gitmeye hak kazananlara grup puanı olarak 7 puan verilecektir.

SINAV AŞAMALARININ AYRINTILI AÇIKLAMALARI

Adaylar Sınavda yanlarında "SINAV GİRİŞ BELGESİ ve NÜFUS CÜZDANI (Fotoğraflı) bulundurmak zorundadırlar. Sınava kıyafet olarak, spor ayakkabı, şort, t -shirt veya atletle katılacaklardır. Diğer sınav kriterleri aşağıdaki gibi uygulanacaktır.

SINAV TAKVİMİ:

10:00-13:00	•Durarak Uzun Atlama
14:00-17:30	•Beceri Koordinasyon Parkuru
10:00-13:00	•20m. Mekik Koşusu
14:00-17:30	•Ritim Duygusu Testi

Sınav Yeri:

Şehit Mutlucan Kılıç Lisesi Spor Salonu

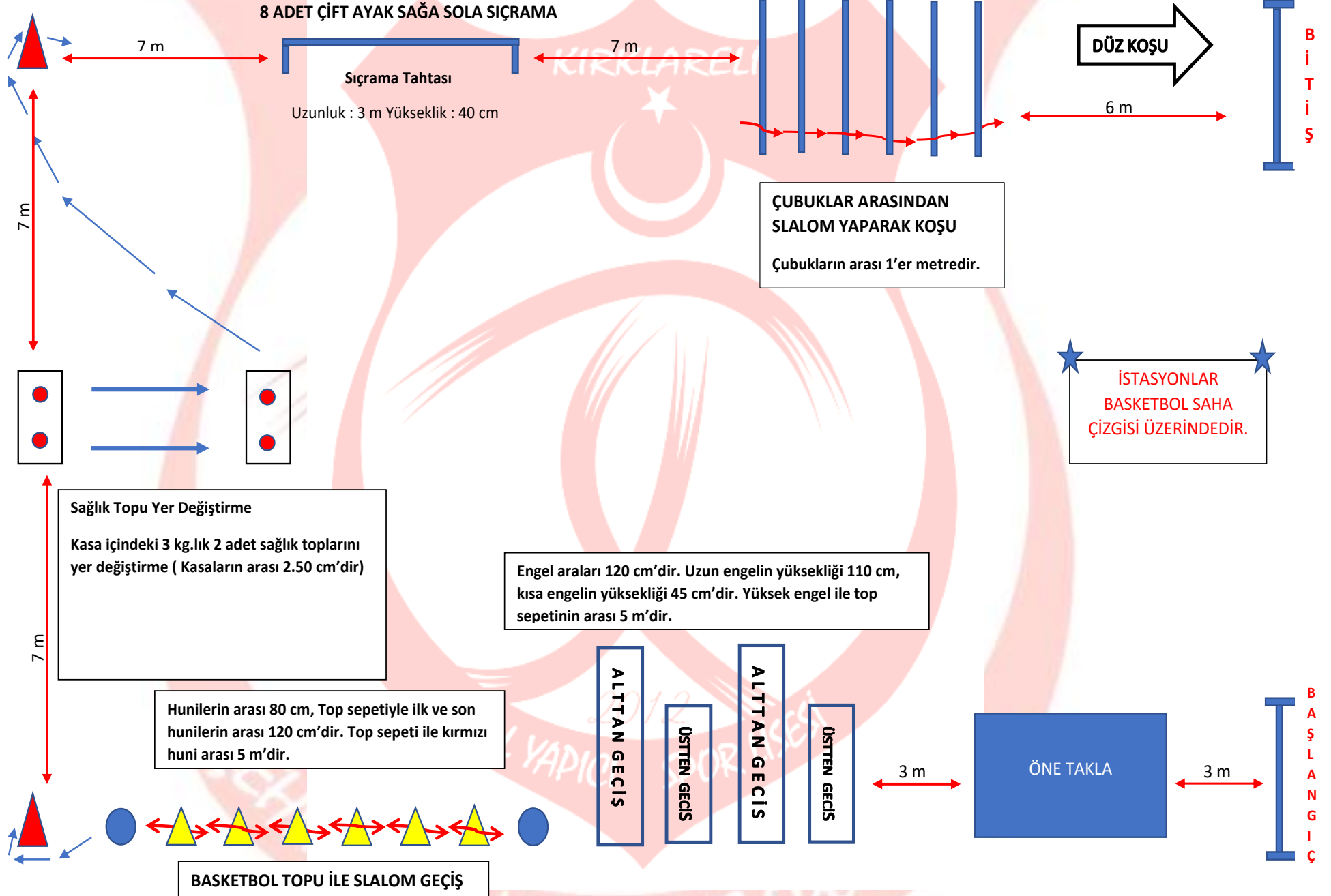
Adres: Asilbeyli Köyü Asilbeyli
Küme Evleri Sokak No: 229 Merkez
/ KIRKLARELİ



UYGULANACAK OLAN SINAVLAR

- 1- DURARAK UZUN ATLAMA
- 2- BECERİ VE KOORDİNASYON PARKURU
- 3- 20 m. MEKİK KOŞUSU
- 4- RİTİM TESTİ

1- BECERİ VE KOORDİNASYON PARKURU 45 PUAN



1-BECERİ VE KOORDİNASYON SINAVI SÜRE VE PUAN TABLOSU

ERKEK		KIZ	
SÜRE	PUAN	SÜRE	PUAN
25 sn	45	34 sn	45
25,50 sn	44	34,50 sn	44
26 sn	43	35 sn	43
26,50 sn	42	35,50 sn	42
27 sn	41	36 sn	41
27.50 sn	40	36,50 sn	40
28 sn	39	37 sn	39
28.50 sn	38	37,50 sn	38
29 sn	37	38 sn	37
29.50 sn	36	38,50 sn	36
30 sn	35	39 sn	35
30,50 sn	34	39,50 sn	34
31 sn	33	40 sn	33
31,50 sn	32	40,50 sn	32
32 sn	31	41 sn	31
32,50 sn	30	41,50 sn	30
33 sn	29	42 sn	29
33,50 sn	28	42,50 sn	28
34 sn	27	43 sn	27
34,50 sn	26	43,50 sn	26
35 sn	25	44 sn	25
35,50 sn	24	44,50 sn	24
36 sn	23	45 sn	23
36,50 sn	22	45,50 sn	22
37 sn	21	46 sn	21
37,50 sn	20	46,50 sn	20
38 sn	19	47 sn	19
38,50 sn	18	47,50 sn	18
39 sn	17	48 sn	17
39,50 sn	16	48,50 sn	16
40 sn	15	49 sn	15
40,50 sn	14	49,50 sn	14
41 sn	13	50 sn	13
41,50 sn	12	50,50 sn	12
42 sn	11	51 sn	11
42,50 sn	10	51,50 sn	10
43 sn	9	52 sn	9
43,50 sn	8	52,50 sn	8
44 sn	7	53 sn	7
44,50 sn	6	53,50 sn	6
45 sn	5	54 sn	5
45,50 sn	4	54,50 sn	4
46 sn	3	55 sn	3
46,50 sn	2	55,50 sn	2
47 sn	1	56 sn	1
47,50 sn	0	56,50 sn	0

2-DURARAK UZUN ATLAMA (10 PUAN)

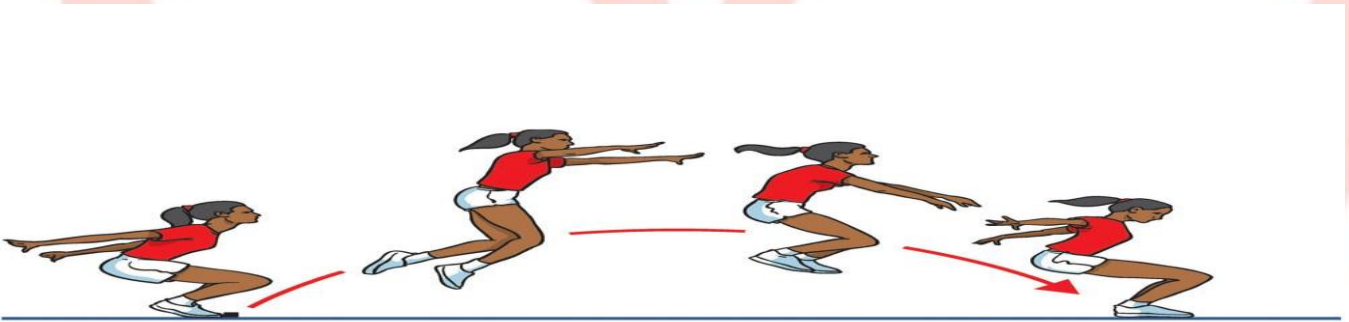
Aday atlayış için belirlenen alanda çizginin gerisinde ayakları omuz genişliğinde açık bir şekilde durur, aşağıya doğru yarım squat pozisyonuna çöker, bacaklarının itişini desteklemek amacıyla kollarını önce geriye sonra ileriye doğru hareket ettirerek mümkün olduğunca uzağa (ileri) doğru sıçramaya çalışır.

Her adayın 2 (İki) atlayış hakkı vardır. İki atlayışın en iyisi değerlendirmeye tabi tutulacaktır. Adayın yere düşüşü sonrasında atlama noktasındaki başlangıç çizgisi ile çizgiye en yakın olan ayak topuğu arasındaki mesafe adayın atlama uzaklığı olarak belirlenir.

DEĞERLENDİRME:

Durarak uzun atlama 10 puan üzerinden değerlendirilecektir. Erkeklerde en üst sınır 250 cm, kızlarda ise 200 cm'dir. Her 1 cm erkeklerde 0,04, kızlarda ise 0.05 ile çarpılacaktır. Örneğin; 200 cm atlayan erkek aday $200 \times 0,04 = 8$ puan alırken, aynı mesafeyi atlayan kız aday $200 \times 0,05 = 10$ puan alacaktır.

NOT: Erkeklerde 160 cm. ve üzeri, kızlarda 140 cm. ve üzeri değerlendirilmeye alınacak olup, bu derecelerin altında kalan öğrencilere puan verilmeyecektir.



3- 20m. MEKİK KOŞUSU (15 PUAN)

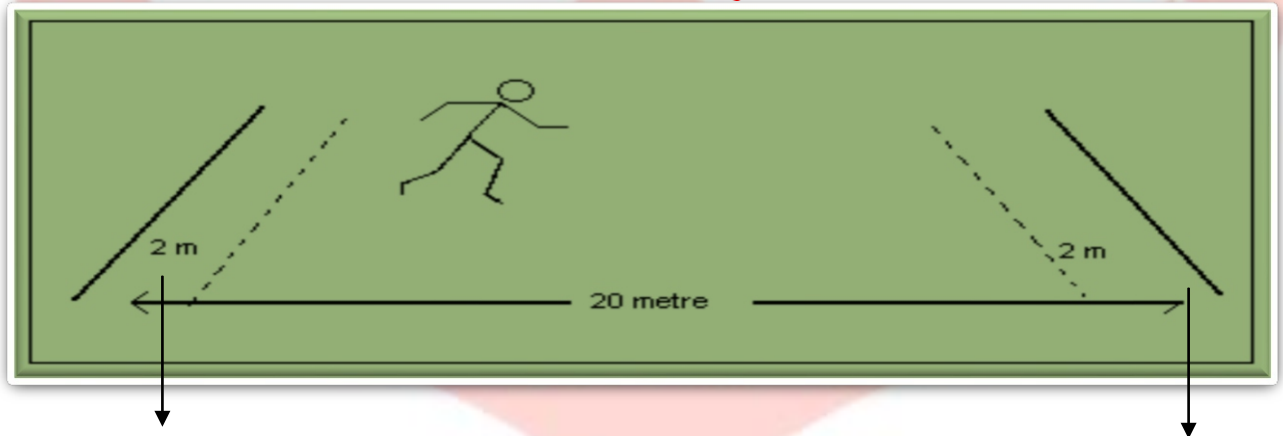
Koşu, adayın 20 m aralıklı iki çizgi arasındaki uzaklığı, verilen uyarı sesine uygun olarak, olabildiğince çok sayıda koşmasına dayanır. Aday test süresince 20 metrelik parkurun bir ucundan öbür ucuna doğru sürekli koşar. Test sırasında adayın koşu temposu bilgisayarın verdiği sinyaller ile sağlanır. Başlangıçtaki sinyal aralıkları süre ilerledikçe azalır ve adayın sinyallere uyması istenir. Bu uyma adayın 20 metrelik parkurun bitiş çizgisine ulaşması ile bilgisayardan duyduğu sinyalin eş zamanlı olması anlamına gelir. Adayın dönüş çizgilerine 2 metre kala çizili olan emniyet çizgilerine veya emniyet alanı içerisine basması hata olarak kabul edilmez. Sinyalin duyulması ile emniyet çizgisine veya emniyet alanına ulaşamayan aday birinci uyarıyı alır. Değişik zamanlarda üç uyarıyı alan aday test dışında kalır. Sinyalle eş zamanlı olarak bitiş çizgisine gelmeyi başaran aday herhangi bir uyarı almaz. Aday test bitmeden üç uyarı alması durumunda 3.uyarıdan önce tamamladığı kadar mekik sayılır.

DEĞERLENDİRME:

Mekik koşusu 15 puan üzerinden değerlendirilecektir. Erkeklerin yaptığı mekik sayısı 0,1875 ile, kızların yaptığı mekik sayısı ise 0,250 ile çarpılarak değerlendirilecektir. (Örneğin Erkeklerde 80 mekik koşan öğrenci: $80 \times 0,1875 = 15$ puan, 60 Mekik koşan kız öğrenci: $60 \times 0,250 = 15$ puan alacaktır.)

Not: Erkeklerde 55, kızlarda 35 mekik ve üzeri değerlendirmeye alınacak olup, bu sayıların altında kalan öğrencilere bu bölümden puan verilmeyecektir.

MEKİK KOŞUSU



Emniyet Alanı

Emniyet Alanı

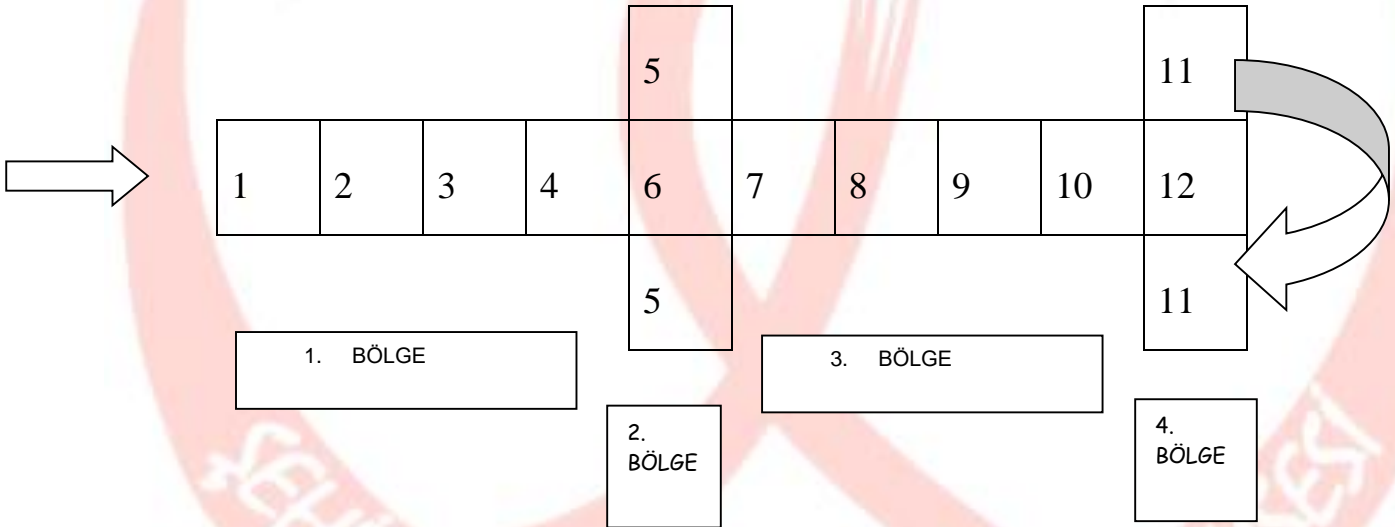
NOT: Teknik bir arızadan dolayı aday/adaylar sınavlarını tamamlayamazlarsa aday/adaylara bir hak daha verilecektir.

4-RİTİM (15 PUAN)

Açıklama:

Aday ritim sınavında başlama noktasına gelerek ayaklar bitişik hazır bekler. Harekete, verilen ses eşliğinde ritme uyarak birinci bölümden oluşan ilk dört kareye tek ayak sekme adımıyla basar. Dördüncü karede sıçrayıp ikinci bölümdeki beşinci karelerden sağ taraftaki kareye sağ ayağını, sol taraftaki kareye sol ayağını aynı anda açık bacak basar. Buradan sıçrayıp 6. Kareye ayaklar birleşik çift ayak basar. Üçüncü bölümde ayaklar birleşik 7, 8, 9,10. Karelere sıçrayıp çift ayak basarak geçer. Dördüncü bölümde 11. karelerden sağ taraftaki kareye sağ ayağını, sol taraftaki kareye sol ayağı gelmek üzere sıçrayıp aynı anda açık bacak basar. Ardından 180 derece dönerek çift ayak 11. karelerden sağ taraftaki kareye sağ ayağını, sol taraftaki kareye sol ayağı gelmek üzere sıçrayarak açık bacak basar. Buradan çift ayak sıçrayarak 12. Kareye buradan 10.- 9. - 8 .ve 7. karelere çift ayak basarak geçer. Buradan 5. karelerden sağ taraftaki kareye sağ ayağını, sol taraftaki kareye sol ayağını aynı anda açık bacak basar. Buradan sıçrayarak 6- 4 – 3 – 2 – 1. karelere tek ayak sekme adımı ile basarak ritim sınavı parkurunu tamamlar.

Ritim sınavında hareket sesle uyumlu ve başlangıçtan bitime kadar kesintisiz akıcı olmalıdır.



DEĞERLENDİRME:

1. Bölge: Gidiş 2 puan, dönüş 2 puan
2. Bölge: Gidiş 2 puan, dönüş 2 puan
3. Bölge: Gidiş 2 puan, dönüş 2 puan
4. Bölge 3 puan

TOPLAM: 15 Puan

Şehit Mutlucan Kılıç Spor Lisesi

olarak;

sınava girecek olan tüm adaylarımıza

başarılar dileriz.

